मीनू बुधिया की यात्रा- एक स्पेशल मां का सामाजिक प्रभाव

कोलकाता, 17 जुलाई। विशेष माँ। मनोचिकित्सक। उद्यमी। स्तंभकार। टेडेक्स स्पीकर। मीनू बुधिया के कई रूप हैं लेकिन उनकी यात्रा आसान नहीं रही है। एक लघु पावरहाउस, जिसका मंत्र है 'इमपर्फेक्टली परफेक्ट' - वह हर जगह पर महिलाओं के लिए प्रेरणास्रोत हैं। उनकी वर्जनाओं, बाधाओं आदि को पार करने वाली जबर्दस्त यात्रा को क्रमबद्ध करने और समुदाय तक पहुंचने के लिए 16 जुलाई 2021 को उन्होंने अपनी वेबसाइट www.minubudhia.com लॉन्च की। पूर्व व उत्तर पूर्व भारत का प्रतिनिधित्व करने वाले ब्रिटिश उप उच्चायुक्त, कोलकाता, निक लो ने विशिष्ट अतिथि के रूप में कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई।

अपने दिवंगत पिता, सासजी के नायक को लॉन्च समर्पित करते हुए, मीनू बुधिया ने कहा, असम के तिनसुकिया से एक छोटे शहर की लड़की से जो डॉक्टर बनना चाहती थी से आज मैं यहां हूं - मेरी जिंदगी उतार-चढ़ाव भरी यात्रा रही है। मैं खुशनसीब हूं कि कई चुनौतियों की तरह मुझे कई आशीर्वाद भी मिले हैं। मेरे पास एक उत्साह बढ़ाने वाले मेरे पति संजय हैं जो मेरी ताकत का स्तंभ हैं और मेरे पंख की ताकत हैं। मेरी दो प्यारी बेटियां हैं। प्राची, मेरी छोटी प्यारी, मेरी ताकत और मेरी प्रेरणा है। एडीएचडी, लो आईक्यू और बाइपोलर डिसऑर्डर से ग्रसित एक विशेष आवश्यकता वाली बच्ची मेरी सामाजिक पहल के पीछे की वजह है जो मेरे साथ उनकी यात्रा को श्रद्धांजलि है।

निक लो, कोलकाता में ब्रिटिश उप उच्चायुक्त, ने कहा, सभी माँ खास होती हैं, कुछ औरों से ज्यादा खास होती हैं। मैं बाधाओं को पार करने वाली कहानियों के मामले में कुछ खास नहीं और आपकी कहानी पढ़कर भी झिलमिलाती है। आपने कइयों को प्रेरित किया है जिनमें मेरी बेटी भी शामिल है। जो आपसे मिलने और आपके कार्यों को देखने के बाद मनोचिकित्सक बनना चाहती है। कोविड -19 ने ऐसी कई बीमारियों पर प्रकाश डाला है जिनपर पहले ध्यान देना चाहिए था मुख्य रूप से मानसिक स्वास्थ्य और खासकर किशोरों का मानसिक स्वास्थ्य। आपकी कुल गुणवत्ता के प्रति प्रतिबद्धता, जो भीतर से आती है, शानदार है। वेबसाइट को सही समय पर लॉन्च किया गया है और मैं अग्रिम पंक्ति में रहने के लिए किसी के बारे में आपसे बेहतर नहीं सोच सकता। हम सभी एक विरासत छोड़ना चाहते हैं और आपकी अभी शुरुआत हुई है। मैं आपके दिन का हिस्सा बनने पर विनम्रता का अनुभव कर रहा हूं।

मानसिक स्वास्थ्य देखभाल और विशेष जरूरत शिक्षा, के प्रति वह बेहद भावुक हैं। मीनू केयरिंग माइंड्स (मानसिक स्वास्थ्य संस्थान), [illegible] (विशेष संस्थान) की संस्थापक निदेशक तथा [illegible] (दिव्यांगों का सशक्तिकरण) की संस्थापक हैं। वह पैरेन्ट ग्रुप तथा एडलाइफ फिटनेस एंड स्पा में निदेशक भी हैं। एक बदलाव लाने वाली महिला जिनका विशिष्ट उद्देश्य है। हर दिन वह अपने सामाजिक प्रभाव के प्रयासों में अपनी भूमिका निभाती हैं। अपनी परिकल्पना को क्रियान्वित करने के रास्ते पर वह ठोस कदम चलती हैं जिनमें रणनीति से संचालन-सब शामिल है। वह सबकुछ करती हैं।

हाल के वर्षों में, मीनू ने मानसिक स्वास्थ्य वैचारिक लीडर के रूप में अपनी जगह बनाई है। वह अपना मानसिक स्वास्थ्य कॉलम 'माइंड मैटर्स' लिखती हैं। उन्होंने अंग्रेजी, हिंदी और बांग्ला के कई अग्रणी प्रकाशनों में योगदान दिया है और उन्हें प्रतिष्ठित सम्मेलनों, पैनल, टेलीविजन कार्यक्रमों व रेडियो शो में एक वक्ता के रूप में आमंत्रित किया गया है। मीनू की उपलब्धियों में एक और पन्ना जुड़ा जब उन्होंने 'डेथ ऑफ ए कैटरपिलर' - एक छोटा आत्मकथात्मक निबंध लिखा। जो उनकी बेटी का, अवसाद से उनकी जंग और कैसे उन्हें इलाज मिला, की यात्रा के बारे में बताता है। इस पर जबरदस्त प्रतिक्रिया ने उन्हें अपना पहला संस्मरण लिखने के ले प्रेरित किया है।

वेबसाइट लॉन्च के दो मुख्य आकर्षण हाइलाइट थे। पहला निक लो के साथ बातचीत थी जहां मीनू ने मानसिक स्वास्थ्य पर सवालों के जवाब दिए, उनकी चुनौतियां, उनकी दृष्टि और उनकी भविष्य की योजनाओं के बारे में बताया। दूसरा एक उनकी बड़ी बेटी [illegible] बुधिया (हेड-ऑफ इनिशिएटिव्स, केयरिंग माइंड्स) द्वारा आयोजित एक रैपिड फायर राउंड था, जिससे हमें पर्दे के पीछे की मीनू के बारे में पता चला। स्वादिष्ट लाल मखमली केक के साथ कार्यक्रम का मधुर समापन हुआ।

ওয়েবসাইট উদ্বোধন করলেন সাইকোথেরাপিস্ট মিনু বুধিয়া

স্টাফ রিপোর্টার : সাইকোথেরাপিস্ট, শিল্পোদ্যোগী, কলমচি ও বিশেষ মা মিনু বুধিয়া তার কাজের জন্য প্রশংসিত হলেন। কিন্তু তার সাফল্যের যাত্রাপথ সহজ ছিল না। তিনি মহিলাদের কাছে এক উদাহরণ সৃষ্টি করেছেন। সমস্ত রকম সামাজিক ধ্যান ধারণাকে দূরে রেখে তিনি আজ সফল হয়েছেন। ১৬ জুলাই তিনি তার ওয়েব সাইট উদ্বোধন করলেন। ওয়েবসাইট হল www.minubudhia.com। কলকাতার ব্রিটিশ ডেপুটি হাইকমিশনার নিক লো এই অনুষ্ঠানে মুখ্য অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন।

তিনি তিনসুখিয়ার একটি ছোট শহরের মে ছিলেন। মিনু বুধিয়া জানান, আমার স্বপ্ন ছিল চিকিৎসক হওয়ার। কিন্তু বর্তমানে আমার জীবন এক অন্য মাত্রায় পৌঁছে গিয়েছে। আমি খুবই সৌভাগ্যবতী আমি চ্যালেঞ্জ গ্রহণ করতে সক্ষম হয়েছি। এর জন্য আমি অনেকের কাছ থেকে আশির্বাদও পেয়েছি। আমার স্বামী সঞ্জয় আমাকে উদ্বুদ্ধ করেছে। তিনি আমার শক্তির উৎস। আমার দুটি মেয়েও রয়েছে। বড় মেয়ের নাম প্রাচী। সে আমার শক্তি। আমায় সব সময় প্রেরণা দেয়। এডিএইচডি, কম আইকিউ যেসব শিশুদের রয়েছে তাদেরকে আমি আমার এই যাত্রাপথকে উৎসর্গ করছি। কলকাতার ব্রিটিশ ডেপুটি হাই কমিশনার নিক লো বলেন, সব মা সেরা। অনেকে আবার অন্য মায়েদের থেকেও সেরা। আমি মিনু বুধিয়ার জীবনকাহিনি শুনে স্তম্ভিত ও বাক রুদ্ধ হয়ে পড়েছি। আপনারে দেখে অনেকেই উদ্বুদ্ধ হবে। তার মধ্যে আমার মেয়েও রয়েছে। সে আপনার সঙ্গে দেখা করে আপনার কাজকর্মের সাক্ষী থেকেছে। সেও ভবিষ্যতে মনরোগ বিশেষজ্ঞ হতে চায়। করোনা বিভিন্ন রোগের উপর আলো ফেলেছে। তাই সকলে সেই রোগগুলো নিয়েও চিন্তাভাবনা করছে। মানসিক স্বাস্থ্যের উপর আগেই নজরদারি দেওয়া উচিত ছিল।

কিন্তু কোনও এক অজ্ঞাত কারণে তা দেওয়া হয়নি। বর্তমানে কোভিড পরিস্থিতি কারণে সকলে মানসিক স্বাস্থ্যের উপরেও জোর দিচ্ছে। আপনার দায়বদ্ধতা এবং প্রতিশ্রুতি প্রশংসার যোগ্য। সঠিক সময়ে ওয়েব সাইটটি চালু করা হয়েছে। আমরা আপনার লেগাসিকে ধন্যবাদ জানাচ্ছি। আমি এই দিনে উপস্থিত থাকার জন্য গর্বিত অনুভব করছি।